# Couscous d'agneau de la Méditéranée




| | | |
|---|---|---|
| 1.5 kg | cous et/ou jarrets d'agneau du Québec, coupés en tranches de 2,5 cm (1po) | 3 lb |
| 1 | oignon émincé | 1 |
| 125 ml | huile végétale | ½ tasse |
| 4 | gousses d'ail, hachées | 4 |
| 6 | tomates, pelées et épépinées, en quartiers | 6 |
| 1 | cœur de fenouil émincé | 1 |
| | ou | |
| 2ml | graines d'anis | ½ c. à thé |
| | sel et poivre au goût | |
| 500 ml | bouillon de poulet | 2 tasses |
| 500 ml | vin blanc ou rosé (ou bouillon de poulet) | 2 tasses |
| 1 | bouquet garni (feuille de laurier, persil ou thym frais ou séchés) | 1 |
| 12 | olives noires dénoyautées, en quartiers | 12 |
| 2 | poivrons (un rouge, un vert), en lanières couscous | 2 |

Dans une casserole, faire revenir les morceaux d'agneau et d'oignon dans l'huile.
Ajouter l'ail, les tomates, le fenouil, le sel et le poivre.
Continuer la cuisson 2 à 3 minutes en remuant.
Ajouter le bouillon de poulet, le vin (ou le bouillon) et le bouquet garni. Couvrir et cuire à feu moyen environ 1 ½ heure.

**Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les olives et les poivrons, puis préparer le couscous selon le mode d'emploi indiqué sur la boîte.**
**Servir le mélange d'agneau sur un lit de couscous.**

**Portion : 6**
**Préparation : 20 minutes**
**Cuisson : 1 ½ heure**

***Cuisi-conseils***
*Cette recette permet d'utiliser les parties les plus économiques de l'agneau. Vous pouvez varier en remplaçant les cous ou les jarrets par des cubes d'épaule et le couscous, par du riz.*